ALIMENTAÇÃO, HIGIENE E SAÚDE

JUSTIFICATIVA:

A instituição é um espaço privilegiado para a promoção da saúde e desempenha papel fundamental na formação de valores, hábitos e estilos de vida, entre eles o da alimentação, higiene e saúde. Atualmente sentimos a necessidade de estimular a alimentação de uma maneira mais lúdica e atraente. Portanto, compreendendo com mais clareza que a alimentação saudável de uma criança pode garantir um bom desenvolvimento físico e cognitivo.

O projeto Alimentação, Higiene e Saúde tem como objetivo principal estimular nossas crianças, hábitos para o seu cotidiano que serão importantes durantes suas vidas, mostrando os diferentes sabores, cores e aspectos dos alimentos. De acordo com Marin (2009) "a idade escolar é considerada uma fase de extrema importância, tanto no que diz respeito do processo de maturação biológica, como no desenvolvimento sócio psicomotor. Além disso, nesta idade a criança começa a criar sua independência e a formar seus hábitos alimentares".

OBJETIVO GERAL:

Contribuir para o desenvolvimento de hábitos alimentares saudáveis, assim como desenvolver os sentidos, estimulando a linguagem oral e visual.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Identificar alimentos saudáveis e não saudáveis
- Identificar frutas, verduras e legumes;
- Promover o consumo de frutas, verduras e legumes;
- Investigar a importância nutritiva dos alimentos e despertar o apreço por eles;
- Conhecer a necessidade de higienização dos alimentos e das mãos;
- Prover atividades que valorizem e aproximem as crianças dos alimentos com menor aceitação;
- Entender que uma alimentação saudável auxilia no cuidado com os dentes;
- Reconhecer a importância da higiene bucal;
- Conhecer outros produtos que auxiliam na higiene bucal além da escova e do creme dental;
- Valorizar seu corpo, sua saúde, sua vida, seu meio social e ambiental;
- Reconhecer e desenvolver os cinco sentidos (tato, visão, olfato, paladar e audição);
- Identificar e nomear as partes do corpo e os órgãos do sentido;
- Adquirir noções fundamentais sobre o corpo, a higiene e sobre uma alimentação saudável;
- Identificar formas de higiene corporal, bucal e outras;
- Compreender a prática correta de tomar banho, cortar as unhas, escovar os dentes e os cabelos;
- Manusear livros para leitura e apreciação de imagens, texturas e despertar o interesse pela literatura infantil;
- Identificar letras nos diversos contextos que se encontram para conhecê-las;
- Perceber que o alfabeto tem uma ordem;
- Diferenciar números de letras;
- Desenvolver e ampliar os conceitos matemáticos;
- Reconhecer e discriminar numerais;
- Enriquecer o conhecimento da criança quanto aos costumes das festas juninas;
- Valorizar e demonstrar atitudes de respeito ao trabalho e ao homem do campo.

ENCAMINHAMENTOS PEDAGÓGICOS

- Histórias: "Jacaré com dor de dentes", "A história dos dentinhos", "Sanduíche da Dona Maricota", "João e o pé de feijão" e "A Lagarta comilona".
- Conversação sobre os temas.
- Apresentação e conversação do sobrenome de cada um.
- Atividades com a escrita do nome.
- Recorte e colagens.
- Exploração da linguagem oral e escrita.
- Dramatização;
- Conversa em roda sobre a importância da ingestão de frutas, legumes, verduras e alimentos lácteos para a saúde, sobre a necessidade de higienizarmos os alimentos, sobre a existência de alimentos prejudiciais a saúde quando ingerido em excesso, etc.
- Montagem da história coletiva, por meio de leitura de imagens.
- Construção de texto coletivo na rodinha;
- Confecção de cartazes sobre regras de higiene.
- Painel com frascos de produtos de higiene pessoais vazios.
- Aprender a cuidar dos dentes, com ajuda do bocão, feito de caixas de ovos.
- Cartaz com recorte e colagens dos amigos e inimigos dos dentes.
- Painel sobre alimentos saudáveis e não saudáveis.
- Conversação sobre a origem dos alimentos, explicar que podem ser de origem animal, vegetal e mineral.
- Vamos plantar feijão no Algodão e acompanhar as etapas do seu crescimento.
- Brincar de bingo das letras e numerais;
- Atividade com algumas situações do cotidiano que envolva leitura;
- Alfabeto Maiúsculo exposto na sala, mostrar e falar de cada letra relacionando a letra inicial do nome e sobrenome de cada criança;
- Rotina: Chamadinha, tempo e calendário;
- Recorte e colagens de letras apresentadas;
- Atividades relacionadas a letras e números;
- Fazer ensaios da escrita dos nomes(em trabalhinhos etc...)
- Atividades relacionadas à festa junina.
- Bingo dos números;
- Ditado dos números;
- Trabalhar os cinco sentidos;
- Montar quebra-cabeça;
- Diferenciar números de letras;
- Desenvolver e ampliar os conceitos matemáticos;

- Reconhecer e discriminar numerais;
- Trabalhar o calendário, destacando dias da semana, mês e ano.
- Trabalhar chamadinha (quantos meninos e quantas meninas, quantos vieram e quantos faltaram)
- Noções de quantidade,mais e menos.
- Brincadeiras com músicas;
- Nosso corpo (higiene nossa e dos alimentos).
- Relacionar as condições necessárias para uma vida mais saudável.
- Identificar a alimentação, como condição necessária para o desenvolvimento e crescimento do ser humano.
- Verificar a origem de que procedem os alimentos.
- Valorizar e demonstrar atitudes de respeito ao trabalho e ao homem do campo.

AVALIAÇÃO: A avaliação será feita no decorrer das atividades propostas, sendo feito registro diariamente do desempenho de cada criança no individual e coletivo.